EVERYTHING'S gonna be ALRIGHT

Membahas Topik-topik yang Penting Diketahui Seputar Cedera, Nyeri, dan Penyakit Anak Sehari-hari

Andri Priyatna

Everything's Gonna Be Alright

Membahas Topik-Topik yang Penting
Diketahui Seputar Injuri, Nyeri,
dan Penyakit Anak Sehari-hari

Everything's Gonna Be Alright

Membahas Topik-Topik yang Penting Diketahui Seputar Injuri, Nyeri, dan Penyakit Anak Sehari-hari

Andri Priyatna

Penerbit PT Elex Media Komputindo

Pengantar

Pada beberapa titik dalam kehidupannya, anak kita akan mengalami injuri, nyeri, atau sakit. Banyak problem kesehatan atau injuri yang sebenarnya *bisa* dengan cepat kita tangani sendiri di rumah. Tugas kita sebagai orang tua adalah meluangkan waktu untuk mempersiapkan dan mempelajari apa saja yang harus dilakukan.

Dalam buku ini kita akan menemukan beragam informasi tentang injuri, nyeri, dan penyakit anak yang paling umum dan problem-problem kesehatan anak lainnya. Beberapa problem bisa ditangani di rumah, sedangkan yang lain akan membutuhkan perhatian dari dokter atau profesional kesehatan terkait.

Dalam buku ini, kita akan membahas:

Beragam topik seputar injuri yang biasa dialami anak akibat aneka gigitan dan sengatan.

Beragam topik seputar injuri, nyeri, dan penyakit anak sehari-hari.

Beragam topik seputar problem kesehatan anak yang PENTING untuk diketahui setiap orang tua. Karena jika

terjadi pada anak kita, maka kita perlu bantuan profesional kesehatan terkait.

Semoga bermanfaat.

Penulis.

Daftar Isi

Bab 4
I Feel Sick 183

Bab 1

Aneka Gigitan dan Sengatan

Aduh! Aku Digigit Kepinding!

Kutu busuk/kepinding (*cimex lectularius*)

Apa Itu Kutu Busuk?

Kepinding atau kutu busuk adalah serangga parasit kecil. Jenis yang paling umum adalah *lectularius cimex*. Istilah ini biasanya merujuk pada spesies yang lebih suka mendapat makanan dari darah manusia. Semua serangga dalam keluarga ini hidup dengan mendapat makanan secara eksklusif dari darah hewan-hewan berdarah panas.

Kepinding bertubuh kecil, pipih, dan kepinding warna cokelat kemerahan dapat ditemukan di rumah-rumah di seluruh dunia. Dia bersembunyi siang hari dan keluar pada malam hari untuk mencari darah.

Kepinding memiliki bahan khusus dalam air liurnya (ludah) yang dapat mencegah darah dari pembekuan sementara dia mengisapnya.

Seperti Apa Rasanya Digigit Kepinding?

Jika seseorang digigit kepinding, maka gigitan tersebut akan terasa gatal. Gigitan kepinding akan terlihat seperti benjolan merah kecil (serupa dengan gigitan nyamuk) dan gigitan lebih dari satu kepinding, kadang-kadang dapat membentuk sebuah "barisan" bentol pada tubuh.

Apa yang Harus Dilakukan?

Jika anak kita digigit kepinding, maka kita harus mencuci bekas gigitan tersebut dengan sabun dan air. Kemudian oleskan lotion kalamin untuk membantu meredakan gatal-gatal. Atau, kita pun dapat mengolekan krim antigatal jika ada.

Mintalah anak untuk tidak menggaruk bekas gigitan tersebut karena tindakan seperti ini dapat berisiko tinggi terkena infeksi.

Kapan Perlu Pergi ke Dokter?

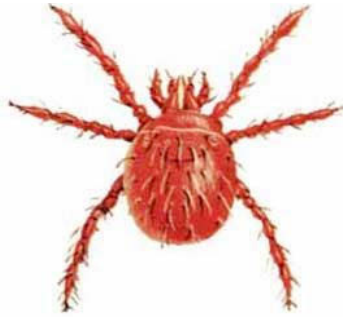
Jika anak kita mendapatkan infeksi dari gigitan kepinding karena dia begitu rajin menggaruknya, maka kita perlu segera pergi ke dokter untuk mendapatkan resep obat guna membersihkan infeksi yang terjadi.

Bagaimana Mencegah Digigit Kepinding?

Cara terbaik untuk menghindari ditusuk kutu busuk adalah menjaga kamar tidur selalu rapi sehingga kutu busuk tidak memiliki tempat untuk bersembunyi. Kita pun

harus mengganti seprai seminggu sekali dan rajin-rajin membersihkan debu di lantai kamar.

Dan jika merasa rumah kita telah menjadi "sarang" kutu busuk, maka jangan segan untuk melakukan pembersihan "besar-besaran", misal, dengan menyemprotkan disinfektan.

Aduh! Aku Digigit Tungau!

Tungau (*trombicula autumnalis*)

Apa Itu Tungau?

Tungau *trombiculidae* tinggal di hutan dan padang rumput dan kadang juga ditemukan di dataran rendah, tempat yang lembap di mana banyak tumbuh vegetasi tepian hutan, seperti: semak-semak *berry*, kebun, tepian danau dan sungai. Dan bahkan dapat juga ditemukan di tempat-tempat yang lebih kering di mana terdapat vegetasi rendah, seperti: tanah kosong berumput, lapangan golf, dan taman-taman.

Mereka paling banyak ditemukan di awal musim kemarau. Ketika rumput, gulma dan vegetasi lainnya masih lebat. Pada tahap larva, mereka melekat pada berbagai hewan, termasuk manusia, dan mencari makanan dari kulit inangnya sehingga sering menyebabkan gatal-gatal.

Ukuran tubuhnya hampir mikroskopis, hanya 0,4 mm (1/60 inci) dan berwarna krom-oranye. Kita dapat melihat mereka dengan bantuan kaca pembesar. Tungau bukan serangga, mereka anggota keluarga arakhnida, dan masih berkerabat dengan laba-laba, kalajengking, dan kutu.

Tungau mempunyai cakar kecil yang memungkinkan untuk menempel erat ke tubuh manusia dan hewan. Setelah menempel, mereka mampu menembus kulit dan menyuntikkan air liur mereka, yang berisi cairan pencernaan yang dapat melarutkan sel-sel kulit.

Kemudian… *slurps* mereka mengisap sel-sel kulit yang telah lumer tersebut. Untuk tungau, ini adalah makanan yang lezat, sementara untuk manusia, dia sangat mengiritasi kulit.

Setelah beberapa hari, tungau akan selesai makan dan jatuh dari kulit mangsanya, meninggalkan bilur-bilur merah di tempat-tempat yang pernah dia gigit.

Seperti Apa Rasanya Digigit Tungau?

Jika digigit tungau, gigitan tersebut akan terasa sangat gatal. Gigitan tungau akan menyebabkan benjolan merah kecil, yang akan menjadi lebih besar dan lebih gatal seiring berlalunya waktu. Benjolan gatal bisa bertahan selama berhari-hari atau bahkan selama beberapa minggu.

Apa yang Harus Dilakukan?

Jika menduga anak kita telah digigit tungau, maka kita harus mencuci bekas gigitan tersebut dengan sabun dan

air. Oleskan lotion kalamin atau kompres dingin untuk membantu meredakan gatal, atau gunakan krim antigatal untuk mengatasinya.

Mintalah pada anak untuk tidak menggaruk bekas gigitan tersebut karena tindakan seperti itu dapat menimbulkan infeksi pada area yang digaruk.

Kapan Perlu Pergi ke Dokter?

Karena gigitan tungau sangat gatal, banyak orang yang sampai mendapat infeksi karena seringnya menggaruk bekas gigitan tersebut. Jika hal ini terjadi, dokter akan memberikan resep obat untuk membantu meredakan gatal-gatal dan obat untuk membersihkan infeksi.

Bagaimana Mencegah Digigit Tungau?

Cara terbaik menghindari digigit tungau adalah dengan menggunakan penolak serangga (*insect repellent*). Kita dapat menyediakan salah satu produk penolak serangga yang kini banyak dijual di pasaran, dapat yang berupa lotion ataupun semprot. Kita dapat menggunakan yang mengandung 10% sampai 30% DEET.

Biasakan pula anak-anak kita untuk selalu memakai kemeja lengan panjang dan celana panjang saat mereka bermain di luar rumah, terutama sekali jika mereka akan pergi hiking atau bermain di ladang.

Setelah mereka pulang bermain di tempat yang mungkin ada tungaunya, maka langkah terbaik adalah menyuruh

mereka mandi bersih-bersih pakai sabun antiseptik. Juga, pastikan untuk mencuci pakaian mereka dengan air panas untuk membunuh tungau-tungau yang mungkin menempel di sana.

Aduh! Aku Digigit Kutu Anjing!

Kutu anjing (*ctenocephalides canis*)

Apa Itu Kutu Anjing?

Kutu adalah nama umum untuk serangga dari ordo *Siphonaptera*, yaitu serangga tak bersayap dengan mulut yang telah disesuaikan untuk menusuk kulit dan menghisap darah. Kutu termasuk parasit eksternal, dan mereka hidup dengan cara memakan darah (*hematophagy*) yang berasal dari mamalia (termasuk kelelawar dan manusia), dan juga burung-burung.

Beberapa spesies kutu yang biasa kita temukan, antara lain:

- Kutu kucing (*Ctenocephalides felis*)
- Kutu anjing (*Ctenocephalides canis*)
- Kutu manusia (*Pulex irritans*)
- Kutu *Moorhen* (*Dasypsyllus gallinulae*)

- Kutu tikus utara (*Nosopsyllus fasciatus*)
- Kutu tikus oriental (*Xenopsylla cheopis*)

Panjang seekor kutu hanya sekitar 1/16 sampai 1/8 inci (1,5–3,3 mm), tetapi mereka itu gesit. Tubuhnya berwarna gelap (misal, berwarna cokelat kemerahan untuk kutu kucing) dan tidak mempunyai sayap. Bagian mulutnya berbentuk tabung untuk memudahkan mereka makan darah dari inangnya.

Kaki mereka panjang, sepasang kaki belakang mereka telah disesuaikan untuk dapat melompat jauh. Bahkan, kutu bisa melompat secara vertikal hingga 7 inci (18 cm) dan horizontal sampai dengan 13 inci (33 cm). Luar biasa!

Ukuran kutu kecil saja, tidak lebih besar dari kepala pin, tetapi cangkang mereka cukup keras. Kutu memiliki cakar kecil di ujung-ujung kaki mereka untuk membantunya melekat pada orang atau hewan berdarah panas lainnya, dan kemudian meminum darah mereka.

Jika kita memiliki anjing atau kucing, kemungkinan besar kita pasti pernah melihat kutu. Kutu sering ditemukan pada lapisan bulu hewan-hewan tersebut. Setelah binatang itu masuk ke dalam rumah, maka kutu bisa melompat ke orang atau karpet yang ada di rumah kita.

Seperti Apa Rasanya Digigit Kutu?

Jika seseorang digigit kutu, maka gigitan tersebut akan terasa gatal. Gigitan kutu biasanya terjadi dalam bentuk kelompok

gigitan tiga atau empat, dan mereka terlihat seperti benjolan-benjolan kecil kemerahan. Banyak anak-anak mendapat gigitan kutu setelah mereka asyik bermain dengan anjing atau kucing kesayangannya.

Apa yang Harus Dilakukan?

Jika menduga anak kita telah digigit kutu, maka kita harus mencuci bekas gigitan tersebut dengan sabun dan air. Oleskan lotion kalamin untuk membantu meredakan gatal, atau dapat juga kita gunakan krim antigatal yang kini banyak tersedia di toko obat.

Mintalah mereka untuk tidak menggaruk-garuk bekas gigitan tersebut. Tindakan seperti ini dapat membuat bekas gigitan tersebut terkena infeksi.

Kapan Perlu Pergi ke Dokter?

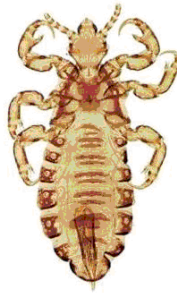
Jika kulit anak kita mengalami infeksi sebagai akibat dari menggaruk bekas gigitan kutu, maka kita dapat pergi ke dokter untuk mendapat resep obat yang dapat membersihkan infeksi.

Bagaimana Mencegah Digigit Kutu?

Cara terbaik menghindari digigit kutu adalah untuk menjauhkan kutu dari hewan peliharaan kita di rumah. Kucing dan anjing bisa kita mandikan dengan sampo khusus pengendali kutu.

Selain itu, kita pun dapat meminta bantuan pembasmi hama profesional yang dapat menangani rumah atau halaman rumah kita dengan bahan kimia pengontrol kutu, agar dapat memberantas populasi kutu yang ada di sekitar tempat tinggal kita.

Untuk pencegahan sehari-hari, kita pun dapat membiasakan untuk menggunakan penolak serangga (*insect repellent*) yang mengandung 10% sampai 30% DEET.

Aduh! Aku Digigit Kutu Rambut!

Kutu rambut *(Pediculus humanus)*

Apa Itu Kutu Rambut?

Kutu rambut atau kutu kepala (*pediculus kapitis humanus*) adalah ektoparasit obligat manusia. Kutu kepala adalah serangga tak bersayap yang menghabiskan seluruh hidup mereka dengan menempel di kulit kepala manusia dan makan secara eksklusif dari darah manusia.

Diketahui, hanya manusia dan simpanse yang biasa menjadi inang (*host*) dari spesies parasit ini. Tetapi, masih banyak kutu-kutu jenis lain yang biasa mengambil inang sebagian besar mamalia dan juga burung.

Kutu kepala berbeda dari kutu badan karena dia lebih suka menempelkan telur mereka pada rambut yang ada di kepala manusia, tidak menempelkannya ke pakaian. Meskipun